

# Guide des Sports 2019-2020

Commune	Association	Jours et horaires d'entraînements	Contact
Aérobic			
Crevant <span style="color: red;">(Horaires 2018)</span>	Familles Rurales	Le vendredi à 19h15 à la salle des fêtes	02 54 30 17 75
Aïkido			
La Châtre	USLC	<b>Enfants</b> (à partir de 8 ans) : le vendredi à 18h <b>Adultes</b> (à partir de 14 ans): mardi et vendredi et à 19h au dojo	02 54 48 08 23 <a href="https://aikido-lachatre.jimdofree.com/">https://aikido-lachatre.jimdofree.com/</a>
Athlétisme			
La Châtre	USLC	<b>Enfants</b> : le mercredi à 14h30 (- 11ans), le mercredi à 17h15 (11-13 ans) <b>Adultes</b> : le mardi et vendredi à 18h30 au parc des sports	07 85 20 86 92 06 24 74 42 76 athle.lachatre@yahoo.fr
Aquagym - Aquajump - Aquabike - Jardin aquatique			
La Châtre	Piscine	voir horaires et activités auprès de l'établissement	02 54 48 59 60
Badminton			
Aigurande		Le jeudi à 19h30 (adultes) au gymnase. Le jeudi à 18h15 (enfants)	06 61 64 45 42 02 54 30 79 39
La Châtre	USLC	Le mardi à 19h30 <b>loisirs</b> (Gymnase du lycée), le mercredi de 17h15 <b>jeunes</b> (gymnase du lycée), le jeudi de 18h30 <b>loisirs</b> (Gymnase Fouchet), le vendredi de 19h <b>loisirs</b> (Gymnase du lycée) et le dimanche de 9h30 <b>loisirs</b> (Gymnase du lycée)	06 31 85 95 39 badmlachatre@live.fr <a href="http://badmintonlachatre.clubeo.com">http://badmintonlachatre.clubeo.com</a>
Basketball			
Aigurande		le vendredi à 17h ( <b>baby et U11</b> ) le vendredi à 18h ( <b>U17</b> ). Au gymnase	02 54 06 38 25 02 54 06 37 33 usabasket@hotmail.fr
La Châtre	USLC	voir horaires et lieux d'entraînements avec l'équipe	06 79 22 28 21 uslc.basket36@hotmail.com www.uslcbasket.com
Neuvy Saint Sépulchre	Neuvy Basket Club	<b>Babys</b> : mercredi à 16h et jeudi 17h15 <b>U9</b> : mercredi de 16h et jeudi 17h15 <b>U11 et U13 masculines</b> : le mercredi de 16h30 et le vendredi de 17h15 <b>U13 féminines</b> : le lundi de 17h45, mercredi de 17h45, vendredi à 18h15 <b>U15</b> : mercredi à 19h15, jeudi 18h et vendredi 19h30 <b>U17</b> : mercredi 19h15, vendredi 20h45 <b>U18</b> : mercredi à 19h15 et vendredi à 19h30 <b>Loisirs</b> : mercredi à 20h30	06 72 88 92 83 02 54 48 24 73
Sainte Sévère <span style="color: red;">(Horaires 2018)</span>		<b>Séniors</b> : le vendredi de 20h30 à 22h	
Boules Lyonnaises			
La Châtre	USLC	Le mercredi et vendredi de 15h à 18h au boulodrome (place de l'Abbaye)	02 54 06 03 78 lecourmichel@orange.fr
Bridge			
La Châtre	Les Bridgeurs de la Vallée Noire	<b>Ecole de bridge</b> : le jeudi à partir de 14h30, horaires a préciser selon niveau (initiation ou perfectionnement) <b>Tournois de régularité</b> : le mercredi à 14h, tournois particuliers une fois par mois (voir site internet)	02 54 06 02 79 09 64 26 65 89 <a href="http://abvn.pagesperso-orange.fr">http://abvn.pagesperso-orange.fr</a>
Belote			
Mers Sur Indre <span style="color: red;">(Horaires 2018)</span>		le 1er et 3ème jeudi du mois de 14h à 17h, salle du presbytère	06 78 30 44 19
Country			
Montgivray <span style="color: red;">(Horaires 2018)</span>	Authentic Country	Le lundi à 19h (adultes) mercredi à 18h (enfants) à la salle des fêtes	06 79 02 77 29 authenticcountrymontgivray36@gmail.com
Lacs <span style="color: red;">(Horaires 2018)</span>	Phénix Country	Mardi et vendredi de 19h30 à 20h (débutants) et de 20h30 à 21h30 (expérimentés)	phenixcountry.club@gmail.com

## Cyclisme

La Châtre (Horaires 2018)	USLC	Les mercredis de 14h à 15h, le vendredi de 18h à 19h au local et sur le circuit de Chavy	06 21 09 46 40 lyonnet36@club-internet.fr
------------------------------	------	--	--

## Cyclotourisme - VTT

La Châtre	USLC	Le lundi mercredi, samedi le dimanche entre 8h et 9h ou de 13h30 à 14h (suivant la saison et les groupes), départ place du <b>Marché, voir calendrier du club</b>	06 29 79 27 98 chatre-comcc@ffct.org http://chatre-comcc.ffct.org
-----------	------	---	---

## Danse traditionnelle

Chassignolles	Association Toufeu-Toufolk	Le mardi à 20h15 à la salle des fêtes (la Tazonnière)	02 48 61 34 05
Saint Aout	Trad Aygulf	Jeudi à 19h à la salle des fêtes.	02 54 36 27 89
Saint Denis de Jouhet (Horaires 2018)		Le jeudi de 20h à 22h à la salle des fêtes	02 54 30 74 81 02 54 30 76 75
Thevet Saint Julien (Horaires 2018)		Le lundi à 19h à la salle des fêtes (1er et 3ème lundi du mois)	02 54 48 21 45

## Expression Corporelle - Autre danse

Aigurande	CPPA	<b>Eveil Corporel</b> : le samedi à 16h30 à la salle des associations	06 87 32 54 54 06 66 63 47 13 cpa36@outlook.fr
Aigurande	CPPA	<b>Danse classique</b> : le samedi à 14h30 à la salle des associations	06 87 32 54 54 06 66 63 47 13 cpa36@outlook.fr
Aigurande	CPPA	<b>Modern'Jazz</b> : le samedi à 15h30 à la salle des associations	06 66 63 47 13 cpa36@outlook.fr
La Châtre	MJCS	<b>Danse contemporaine</b> : samedi à 10h (ados), samedi à 14h (adultes). <b>Atelier improvisation</b> : lundi à 18h (adultes)	02 54 48 08 23 accueil@mjcs.fr
La Châtre	MJCS	<b>Eveil corporel</b> (3-7 ans) mercredi à 15h30	02 54 48 08 23 accueil@mjcs.fr
La Châtre	MJCS	<b>Modern'Jazz</b> : voir planning de l'établissement (à partir de 8 ans)	02 54 48 08 23 accueil@mjcs.fr
La Châtre	MJCS	<b>Danse africaine</b> : le mercredi de 18h30 à 19h30 (+12 ans)	02 54 48 08 23 accueil@mjcs.fr
La Châtre	MJCS	<b>Classique</b> : mercredi à 16h15 (8-11 ans), vendredi à 17h30 (11-15 ans), vendredi à 18h30 (+14ans)	02 54 48 08 23 accueil@mjcs.fr
Saint Aout		<b>Eveil corporel</b> (3-7 ans) mercredi à 11h à la salle des fêtes	02 54 48 08 23 accueil@mjcs.fr
Saint Aout		<b>Modern'Jazz</b> : le mercredi à 10h (pour les 8-11 ans) à la salle des fêtes	02 54 48 08 23 accueil@mjcs.fr
Sainte Sévère		<b>Modern'Jazz</b> : le lundi à 17h (8-11 ans) et à 18h (11-15 ans) à la <u>salle des fêtes</u>	02 54 48 08 23 accueil@mjcs.fr
Sainte Sévère		<b>Eveil corporel</b> (3-7 ans) le lundi à 16h15 à la salle des fêtes	02 54 48 08 23 accueil@mjcs.fr

## Equitation

La Berthenoux	Centre équestre Calypso	Randonnées, école d'équitation de 9h à 17h30 selon âge et niveau le mercredi et samedi. A partir de 2 ans	02 54 30 08 45 06 03 41 03 72 http://domaine-equestre-calypso.jimdo.com/
Montipouret	Haras des Courtilllets	Centre équestre et poney club. Mercredi et samedi (en fonction des niveaux) A partir de 2 ans	02 54 06 38 43 06 47 59 93 43 www.harasdescourtilllets.com
Pérassay	Le Poney Fringant	Mercredi et samedi toute la journée en fonction des niveaux. A partir de 2 ans	02 54 30 65 81 http://poneyfringant.blog4ever.com/

## Escalade

La Châtre (Horaires 2018)	MJCS	<u>Adultes</u> : Lundi, mercredi et vendredi à partir de 19h Au Gymnase Marguerite Fouchet	02 54 48 08 23 mjclachatre@wanadoo.fr http://mjclachatre.monsite-orange.fr
------------------------------	------	---	--

## Football

Aigurande		<b>U7</b> : le mercredi à partir de 14h30 à Aigurande <b>U9</b> : le mardi à 17h30 à Aigurande <b>U11 - 13</b> : mercredi à 17h30 à Aigurande <b>U15</b> : le mercredi à 18h et le vendredi à 18h à Cluis. <b>U17</b> : le mercredi à 18h à Neuvy-Saint-Sépulchre et le vendredi à 18h30 à Aigurande. <b>Séniors</b> : Le mercredi à 19h et le vendredi à 19h30	Nicolas : 06 66 61 53 13 <a href="http://us-aigurande.footeo.com/">http://us-aigurande.footeo.com/</a>
La Châtre (Horaires 2018)	USLC	Le mercredi à 14h (U7 ans et U9 ans) 15h30 (U11 ans). Le mercredi à 15h15 (U13 ans). Le mercredi 17h15 et vendredi 17h45 (U15 ans). Le mercredi à 17h30 et vendredi à 18h (U18 ans). Le mardi à 19h15 et vendredi à 19h30 (seniors)	Le 02 54 48 39 77 02 54 06 02 60
Crevant / Chassignolles (Horaires 2018)	FC Bas-Berry	<b>U7, U9, U11 et U13 garçons</b> : le mercredi à 16h à Crevant <b>U11 féminines</b> : le mercredi à 16h à Chassignolles <b>U13 et U15 féminines</b> : le mercredi à 19h samedi à 14h30 au Magny <b>Séniors féminines</b> : le vendredi à 19h à Chassignolles <b>Séniors hommes</b> (équipe 1, 2 et 3) : samedi à 20h, dimanche à 15h à Crevant et dimanche à 15h à Chassignolles	06 58 47 51 83
Montgivray	US Montgivray	voir horaires et lieux d'entraînements avec l'équipe	02 54 06 01 76
Golf			
Poulligny Notre Dame	Les Dryades	école de golf pour les plus jeunes, initiation adultes, accompagnements individuels	06 18 92 15 41
Gymnastique			
Aigurande	Familles rurales	<b>gym d'entretien</b> : le lundi à 19h15 <b>gym douce</b> : le mardi à 9h15 Au dojo	02 54 06 46 45 06 47 99 00 99
La Berthenoux		Le vendredi à 19h à la salle des associations.	02 54 30 00 94
La Châtre (Horaires 2018)	Gym pour tous	<b>Fitness</b> : le jeudi de 19h à 20h au gymnase Fouchet	
La Châtre	Grand Air Gym Volontaire	<b>Gym dynamique (Activ'Moov)</b> : le mardi de 10h30 à 11h30 <b>Gym douce (Body Zen)</b> : le vendredi de 10h30 à 11h30 à la MJCS	06 85 68 07 79
La Châtre	USLC	<b>Baby gym (4-5 ans)</b> : lundi à 17h <b>Trampoline</b> : mercredi 14h et vendredi 17h30 <b>Gym loisir</b> : mardi à 17h15 (niveau initié), jeudi à 17h15 (débutant)	gymnastrampo36@gmail.com <a href="http://lachatre-gym-trampo.fr">http://lachatre-gym-trampo.fr</a>
Cluis		Le mardi à 17h30 et 18h30 en salle de gymnastique (cour de la mairie)	02 54 31 21 06
Fougerolles		Le lundi à 19h à la salle des fêtes	06 43 00 58 73 06 68 86 56 60
La Berthenoux		Le vendredi de 19h30 à 20h30 à la salle des associations	02 54 30 00 94
Lacs (Horaires 2018)		le vendredi de 18h à 19h à la salle polyvalente	02 54 48 10 04
Lourdoux Saint Michel (Horaires 2018)	Familles Rurales	Le mardi à 18h à la salle des fêtes.	02 54 06 33 56
Mouhers		le mardi à 9h15	
Montchevrier		Le lundi à 18h15 à la salle des fêtes	02 54 06 30 36 54 06 35 08
Montgivray	ACLM	Le lundi à 10h45 à la salle des fêtes	02 54 06 03 63
Neuvy Saint Sépulchre		Le lundi à 10h30 à la MJC	06 82 19 64 71
Nohant-Vic	Club de Rencontres et Loisirs	Le mardi de 19h à 20h et le jeudi à 19h à la salle des fêtes	02 54 31 06 99
Orsennes (Horaires 2018)		le jeudi à 19h	06 83 41 41 96

Pouligny Saint Martin		Le jeudi à 9h15 à la salle associative	02 54 30 22 88
Pouligny Notre Dame (Horaires 2018)		Le jeudi à 19h à la salle municipale de la Chaume-Blanche	
Saint Aout		Le lundi à 18h30 (gym douce) et 19h30 (gym tonic) à la salle des fêtes	02 54 36 39 13
Saint Denis de Jouhet (Horaires 2018)		Le mercredi de 19h15 à la salle des fêtes	02 54 30 74 81 02 54 30 76 75
Verneuil sur Igneraie		Le jeudi à 19h à la salle polyvalente	02 54 31 10 80 02 54 31 07 11

### Hand

La Châtre	USLC	<b>Baby hand</b> (4 à 8 ans) : samedi 10h30 <b>moins 10 ans :</b> <b>moins 13 ans et moins de 15 ans filles :</b> jeudi 17h45, <b>moins de 16 ans garçons et seniors féminines :</b> jeudi à 18h45 <b>seniors garçons :</b> jeudi à 20h (gymnase lycée), <b>loisirs mixte :</b> mercredi 18h30. Gymnase Garnier (sauf mention contraire)	06 77 13 89 34 http://hand-la-chatre.clubeo.com
-----------	------	--	--

### Judo-Jujitsu

Aigurande (Horaires 2018)		Le mercredi et vendredi à partir de 17h (à partir de 4 ans)	06 61 41 53 30
La Châtre (Horaires 2018)	MJCS	<b>Baby judo</b> (de 4 à 7 ans) : le samedi de 15h15 à 16h <b>8 - 12 ans :</b> Le samedi de 14h à 15h (8 - 12 ans). <b>Ado et Adultes :</b> samedi de 16h à 17h	06 14 24 12 64 mjclachatre@wanadoo.fr
Neuvy Saint Sépulchre (Horaires 2018)	MJC Neuvy	<b>Baby judo :</b> le vendredi à 17h15 (à partir de 4 ans) <b>6/7 ans</b> le vendredi à 18h <b>8/9 ans</b> le vendredi à 19h <b>10 ans et plus :</b> le vendredi à 20h	02 54 30 82 70 judomjc36@gmail.com

### Karaté - Self défense -Body Karaté

La Châtre	MJCS	<b>Karaté :</b> Pour les <u>jeunes</u> le lundi, mercredi à 18h et le samedi à 10h30. <u>Adultes</u> le mercredi à 19h15, le samedi à 10h30 <b>Combat rapproché :</b> le lundi et jeudi à 19h15 (+Bunkaï) Self défense féminine non violente : samedi après-midi selon dispo. Au dojo.	02 54 06 46 42 www.shotokan-la-chatre-36.fr
-----------	------	--	--

### Marche Nordique

La Châtre	Grand Air Gym Volontaire	Le jeudi matin de 10h à 12h, séance adaptée le jeudi de 11h à 12h. RDV à la MJCS	06 85 68 07 79
La Châtre	USLC	Le lundi à 10h, départ du Camping du Val Vert	07 85 20 86 92 06 24 74 42 76 athle.lachatre@yahoo.fr

### Méditation

La Châtre (Horaires 2018)	MJCS	1er et 3ème mardi de chaque mois de 20h15 à 20h45	06 88 04 52 24 www.sophrologues.org/ sabrabraem
------------------------------	------	---	---

### Natation

La Châtre (Horaires 2018)	USLC	En fonction des groupes : <b>Apprentissage natation :</b> le lundi à partir de 18h30 et le samedi à partir de 9h <b>Compétition :</b> le lundi à partir de 18h15, le mardi à 20h, mercredi à partir de 13h30 et 19h, le jeudi à 18h15, vendredi à partir de 20h, samedi à partir de 9h et 12h <b>Loisirs :</b> le mercredi à partir de 20h, le vendredi à 20h, samedi à partir de 9h (en fonction de l'âge) <b>Water-polo :</b> entrainement le samedi de 17h30 à 19h	02 54 30 06 50 06 87 82 38 37 yolande.cornon@wanadoo.fr
------------------------------	------	---	---

Pétanque

La Châtre <b>(Horaires 2018)</b>	USLC	Du lundi au vendredi de 17h à 19h au terrain de Lauillère (été) et à la halle des Rouettes	02 54 48 23 42 fsella1@yahoo.fr
-------------------------------------	------	--	------------------------------------

Pilates

La Châtre <b>(Horaires 2018)</b>	MJCS	Le mercredi de 20h15 à 21h.	06 58 37 17 04 www.zumbazumba.fr
-------------------------------------	------	-----------------------------	-------------------------------------

Randonnée Pédestre

La Châtre <b>(Horaires 2018)</b>	MJCS	Le jeudi à 14h (départ place de l'abbaye) et 7h30 du 15 juin au 15 septembre	02 54 48 16 53 http://mjcs-randonnee-pedestre.iimdo.com
-------------------------------------	------	--	--

Relaxation - Stretching

La Châtre	MJCS	Le mardi de 18h30 à 20h.	02 54 48 08 23 accueil@mjcs.fr
-----------	------	--------------------------	-----------------------------------

Remise en forme - renforcement musculaire

Aigurande	CPPA	Le jeudi à 19h30 au dojo	06 66 63 47 13 06 87 32 54 54 cpa36@outlook.fr
La Châtre	USLC Gym Trampo	Le jeudi à 19h gymnase Fouchet	gymnastrampo36@gmail.com http://lachat-re-gym-trampo.fr

Rugby

La Châtre	USLC	voir horaires et lieux d'entraînements avec le club en fonction de l'âge. Entraînement Chemins de la justice au Pré de la Fille	06 43 62 57 36 miche.paille2@orange.fr
-----------	------	--	---

Saut à l'élastique

Cluis	Oxygène 40	Initiations au viaduc de l'Auzon à Cluis	02 54 31 21 06 06 03 61 58 19
-------	------------	--	----------------------------------

Sophrologie

La Châtre	MJCS	Le lundi de 10h30 à 11h30 et de 18h30 à 19h30.	06 88 04 52 24 www.sophrologues.org/sabrinabraem
Montlevicq <b>(Horaires 2018)</b>		Le mercredi à 18h et 19h par mois à la salle communale	06 88 04 52 24 www.sophrologues.org/sabrinabraem

Sports mécaniques

Montgivray	Euroformula	Stage de découverte au perfectionnement sur le circuit Maurice Tissandier de Montgivray sur une formule Renault, été comme hiver	02 54 06 05 24
------------	-------------	--	----------------

Step

La Châtre	MJCS	Mardi de 19h30 à 20h30	02 54 48 08 23 accueil@mjcs.fr
La Châtre <b>(Horaires 2018)</b>	Gym pour tous	Le lundi de 18h30 à 19h30 au gymnase du lycée	
La Châtre	USLC Gym Trampo	lundi à 18h30 au gymnase du lycée	gymnastrampo36@gmail.com http://lachat-re-gym-trampo.fr
Fougerolles		Le lundi à 20h à la salle des fêtes	06 43 00 58 73 06 68 86 56 60
Sainte-Sévère		Le lundi de 19h à 20h à la salle des fêtes	

Stretching

Mers Sur Indre / Montipouret	Familles Rurales 2M	le mardi à 9h30 à la salle des fêtes de Montipouret	02 54 31 12 84
------------------------------	---------------------	---	----------------

Tai Chi Chuan

La Châtre <b>(Horaires 2018)</b>	MJCS	le jeudi de 18h15 à 19h45 (débutants) et de 18h15 à 20h (initiés).	05 55 65 08 20 mialle.renaudin@aliceadsl.fr
-------------------------------------	------	--	--

Taïso

Aigurande <b>(Horaires 2018)</b>		Le jeudi à 19h et 20h30 au dojo	02 61 41 53 30 54 06 37 33
-------------------------------------	--	---------------------------------	-------------------------------

Pouigny Notre Dame		Le jeudi de 9h15 à la salle associative	02 54 30 22 88
Tennis			
La Châtre (Horaires 2018)	USLC	Cours collectifs le mercredi toute la journée, jeudi et vendredi	02 54 06 01 61 07 86 72 61 60
Tennis de Table			
Aigurande (Horaires 2018)		Mardi et jeudi de 17h à 20h30 au gymnase, à partir de 8 ans	02 54 06 38 25 02 54 06 37 33
La Châtre	MJCS	<u>Jeunes</u> : le mercredi 17h30 (débutants) et 18h30 (confirmés) et samedi 13h30 (compétitions) <u>Adultes</u> : le lundi à 18h45 (séance robot), le mardi à 18h30 (libre), le mercredi à 18h45 (féminines), le jeudi à 18h45 (sur réservation), le vendredi à 18h30 (libre)	02 54 30 17 65 06 64 22 36 13 <a href="http://tt-mjc-la-chatre.clubeo.com/">http://tt-mjc-la-chatre.clubeo.com/</a>
Tir à l'arc			
Cluis	Les Archers du Luma	Le mardi à partir 19h, le vendredi à partir de 18h, et le samedi matin au gymase (d'octobre à mars) ou stade (d'avril à septembre)	02 54 47 72 89 06 64 97 82 19 <a href="mailto:minetcl@wanadoo.fr">minetcl@wanadoo.fr</a>
Tir sportif			
Chassignolles (Horaires 2018)	USLC	Le mercredi à partir de 17h30 et samedi de 14h30 à 17h30	02 54 31 33 61 Marie-Paule BOISNEL
Trial			
La Châtre	USLC	Entrainement selon catégorie et conditions météorologiques, sur différents sites autour de La Châtre et du département	02 54 27 87 48 <a href="http://trial.lachatre.free.fr">http://trial.lachatre.free.fr</a>
Volleyball			
La Châtre (Horaires 2018)	USLC	Le lundi et mercredi de 20h à 22h au gymnase Garnier. Adultes tous niveaux	02 54 30 18 84 ou 06 85 98 37 98
Yoga			
Aigurande	Familles Rurales	<b>Yoga de Madras</b> : Le mardi à 10h et 14h à la salle des associations	02 48 61 49 09 06 01 77 15 47 <a href="http://vogacelinelegg.wix.com">vogacelinelegg.wix.com</a>
La Châtre	MJCS	Le lundi de 9h30 à 10h30, jeudi de 10h45 à 11h45	02 54 48 08 23 <a href="mailto:accueil@mjcs.fr">accueil@mjcs.fr</a>
Lourouer Saint Laurent		Le lundi de 16h45 à 18h15 et de 18h30 à 20h à la salle des fêtes.	02 54 06 04 40 <a href="mailto:yogaclubdedetente@outlook.fr">yogaclubdedetente@outlook.fr</a>
Le Magny	A Chacun son Loisir	Le mardi à 18h30 à la salle des fêtes	02 54 48 21 38
Neuvy Saint Sépulchre		le mercredi à 14h30 et 16h30 au centre sportif et socio-culturel	07 69 83 94 66
Nohant-Vic		Le mercredi de 16h30 à 18h à la salle des fêtes	02 54 31 10 22
Orsennes (Horaires 2018)	Familles Rurales	Le lundi à 14h15 a la salle multisports	06 73 32 11 91
Perassay		le mardi à 10h30 à 12h à la salle des fêtes (+ relaxation)	06 75 64 15 77
Sainte Sévère		<b>Yoga de Madras</b> : le mercredi 9h30 à la salle des fêtes	02 48 61 49 09 06 01 77 15 47 <a href="mailto:celine.legg@sfr.fr">celine.legg@sfr.fr</a>
Zumba			
Aigurande	CPPA	<b>Fitness Latino</b> : le mardi à 19h30 à la MEL	06 66 63 47 13 06 87 32 54 54 <a href="mailto:cppa36@outlook.fr">cppa36@outlook.fr</a>
La Châtre		Le mercredi 19h à 20h (adultes).	07 78 66 52 01 <a href="http://www.zumbazumba.fr">www.zumbazumba.fr</a>
Sainte Sévère		Le jeudi de 18h30 à 19h30 au gymnase	07 78 66 52 01 <a href="http://www.zumbazumba.fr">www.zumbazumba.fr</a>

*Cette liste est non exhaustive - INPS - mise à jour en septembre 2019*